findyourneurotype

ESEMPIO · dati fittizi

Report di esempio

Test Autismo (AQ-10)

Autovalutazione del neurosviluppo

Preparato per	Data	Domande	Riferimento
Lena Müller	**14 febbraio 2026**	**10**	**00000002**

Indice

1 Il tuo risultato p. 2

2 Cosa dicono le tue risposte p. 3

3 Prossimi passi p. 4

4 Preparare il tuo appuntamento p. 5

5 Le tue risposte p. 6

Questo report è uno strumento di autovalutazione. Non costituisce una diagnosi medica o psicologica.

Il tuo risultato

30 / 40

Indicatori significativi dello spettro autistico

75 % del punteggio massimo



Il tuo punteggio AQ-10 è nella fascia più alta e indica tratti autistici significativi. L'AQ-10 è uno strumento di autovalutazione validato, e un punteggio in questa fascia giustifica chiaramente un approfondimento professionale.

Per dimensione

In percentuale del massimo di ogni dimensione, per poterle confrontare.

Flessibilità attentiva	**100 %**	2 / 2
Comunicazione	**100 %**	2 / 2
Attenzione ai dettagli	**50 %**	1 / 2
Abilità sociali	**50 %**	1 / 2
Immaginazione	**0 %**	0 / 2

Cosa dicono le tue risposte

Scritto da Claude (Anthropic) a partire dalle tue risposte.

Grazie per aver dedicato tempo ed energia a questo percorso di auto-riflessione. Compilare un questionario così personale richiede coraggio, e il fatto che tu sia arrivato fin qui dice già molto della tua voglia di comprenderti meglio. Qualunque emozione tu stia provando in questo momento — curiosità, sollievo, un po' di preoccupazione o persino confusione — è del tutto normale. Molte persone che riconoscono aspetti di sé in questi risultati raccontano di aver finalmente trovato un linguaggio per esperienze che vivevano da tempo, spesso in silenzio.

Il punteggio ottenuto, 30 su 40 (75%), suggerisce la presenza significativa di caratteristiche spesso associate allo spettro autistico, con indicazioni distribuite in modo abbastanza uniforme tra reciprocità sociale, comunicazione, interessi ristretti e sensibilità sensoriale. Questo significa che, in diverse aree della tua vita quotidiana, potresti riconoscere modalità di percepire, comunicare o relazionarti che si discostano da ciò che viene considerato "tipico". È importante sottolineare che questo strumento è un questionario di screening, non uno strumento diagnostico: non stabilisce una diagnosi clinica, ma offre uno spunto di riflessione basato su un modello validato scientificamente (l'AQ-10 di Baron-Cohen e colleghi).

Da qui, ci sono passi concreti e positivi che puoi intraprendere. Innanzitutto, può essere utile tenere un piccolo diario delle situazioni quotidiane in cui noti maggiore fatica o, al contrario, particolare comfort — questo ti aiuterà a portare informazioni chiare e specifiche a un professionista. In secondo luogo, esplora risorse informative affidabili sull'autismo in adulti, per capire meglio se ciò che leggi risuona con la tua esperienza personale. Infine, considera di condividere questi risultati con qualcuno di fiducia: parlarne può alleggerire il peso emotivo e aprire nuove prospettive.

Ti incoraggio con fiducia a rivolgerti a uno psicologo, neuropsichiatra o specialista qualificato in valutazioni dello spettro autistico negli adulti. Una valutazione professionale approfondita potrà offrirti chiarezza, strumenti su misura e, se necessario, un percorso di supporto costruito attorno alle tue reali esigenze. Qualunque sia l'esito, comprendere meglio te stesso è sempre un passo verso una vita più autentica e serena.

Prossimi passi

Scegline una o due. La regolarità conta più della durata.

Raccomandazione

Indicatori significativi dello spettro autistico

Ti consigliamo una valutazione formale presso uno psicologo clinico o uno psichiatra specializzato in autismo. Una diagnosi può aprire la strada a supporti adeguati, adattamenti e risorse della comunità.

Per parlarne con un professionista

Psicologo, terapeuta, medico: questo report può essere il punto di partenza della conversazione.

- Porta la pagina 2 (risultato per dimensione).
- Annota una o due situazioni che ti sono state difficili di recente.
- Di' cosa vorresti cambiare, anche solo vagamente.

Hai bisogno di parlare con qualcuno adesso? Chiama il **02 2327 2327** (Telefono Amico Italia), o il 112 in caso di emergenza.

Questo report è uno strumento di autovalutazione. Non sostituisce una valutazione professionale. Per una diagnosi affidabile, consulta un neuropsicologo, uno psichiatra o un altro professionista sanitario qualificato.

Preparare il tuo appuntamento

Medico, psichiatra, psicologo, neuropsicologo: porta questa pagina. Compilala qualche giorno prima, quando ti tornano in mente gli esempi.

I miei numeri chiave

Test Autismo (AQ-10) · 30 / 40 (75 %) · Indicatori significativi dello spettro autistico

Test svolto il 14 febbraio 2026 · riferimento 00000002

Esempi della mia vita quotidiana

Lavoro o studio, casa, relazioni: due o tre situazioni concrete, con quello che è successo.

Da quando?

C'era già nell'infanzia o nell'adolescenza? Le pagelle o i ricordi di un familiare possono aiutare.

Cosa vorrei cambiare

Anche solo vagamente: ciò che oggi ti costa più energia.

Domande che posso fare

- ☐ Una valutazione completa è utile nel mio caso, e con chi?
- ☐ Quanto bisogna aspettare, e cosa posso fare nel frattempo?
- ☐ Potrebbe spiegarlo qualcos'altro (sonno, stress, tiroide, un altro disturbo)?
- ☐ Quali supporti esistono, al lavoro o negli studi?
- ☐ Cosa devo portare la prossima volta?

Le tue risposte

Scala da «Assolutamente d'accordo» a «Assolutamente in disaccordo».

#	Domanda	La tua risposta	Pti
Attenzione ai dettagli · 1 / 2			
1	Noto spesso piccoli suoni che gli altri non percepiscono. invertito	Leggermente in disaccordo	0
2	Di solito mi concentro sul quadro generale piuttosto che sui piccoli dettagli.	Leggermente in disaccordo	1
Flessibilità attentiva · 2 / 2			
3	Mi è facile fare più cose contemporaneamente.	Leggermente in disaccordo	1
4	Se vengo interrotto/a, riesco a tornare molto rapidamente a quello che stavo facendo.	Leggermente in disaccordo	1
Comunicazione · 2 / 2			
5	Mi è facile leggere tra le righe quando qualcuno mi parla.	Leggermente in disaccordo	1
6	So capire quando chi mi ascolta comincia ad annoiarsi.	Leggermente in disaccordo	1
Immaginazione · 0 / 2			
7	Quando leggo una storia, faccio fatica a capire le intenzioni dei personaggi. invertito	Leggermente in disaccordo	0
8	Mi piace raccogliere informazioni su categorie di cose (per esempio tipi di auto, di uccelli, di treni, di piante). invertito	Leggermente in disaccordo	0
Abilità sociali · 1 / 2			
9	Mi è facile capire cosa pensa o prova qualcuno solo guardandolo in faccia.	Leggermente in disaccordo	1
10	Mi è difficile capire le intenzioni delle persone. invertito	Leggermente in disaccordo	0

«Invertito»: queste domande sono conteggiate al contrario rispetto alle altre.